

ÖĞRENCİ BÜLTENİ

ETKİLİ VE VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YOLLARI



Bu sayıda

Günde Kaç Saat Ders Çalışmalıyım?

Günün Hangi Saatlerinde Ders Çalışmalıyım?

Ders Programında Neler Yer Almalıdır?

Ders Çalışırken Çok Sıkılıyorum, Motive Olamıyorum, Ne Yapmalıyım?

Nasıl Not Tutmalıyım?

Tekrar Nasıl Yapmalıyım?

Ders Çalıştığım Ortam Nasıl Olmalı?

Sevgili Öğrenciler!

Hayat, mutlu, huzurlu yaşamak için vardır ve yaşam biçiminizi idealleriniz doğrultusunda şekillendirecek olan sizlersiniz. Hayatınıza yön vermede kullanacağınız yegâne metot eğitimidir.

Bu sebeple sizlerin arzuladığınız amaçlara gelmeniz için sistemli bir çalışma tekniği gerekmektedir. Bugün çalışma deyince akla hep çok çalışma gelmektedir. Hâlbuki sonuç alanlar devamlı, dengeli ve etkili çalışma yapanlar olmaktadır. Unutulmamalıdır ki bilgi birikimi sistemli çalışma ile elde edilir.

Sizlerin geleceğe daha güvenli adımlar atmanız ve başarılı olmanız için deneyim ve tecrübelerimizin yanında bilimsel verilere dayalı olarak bu eğitim bültenini hazırlayıp sizlere sunmaya karar verdik. Bu bültenin bundan sonraki çalışmalarınızda ışık tutacağını ümit ediyorum. Sevgilerimizle..



Günde Kaç Saat Ders Çalışmalıyım?

Bu durum kişiden kişiye değişmekle birlikte, genel olarak günde iki saat çalışmanın karşılığında sınıf birinciliğini garanti altına alabilirsiniz. LGS'ye hazırlanan bir öğrenci için günlük 3 ile 5 saat arası ders çalışması yeterlidir.



Günün Hangi Saatlerinde Ders Çalışmalıyım?

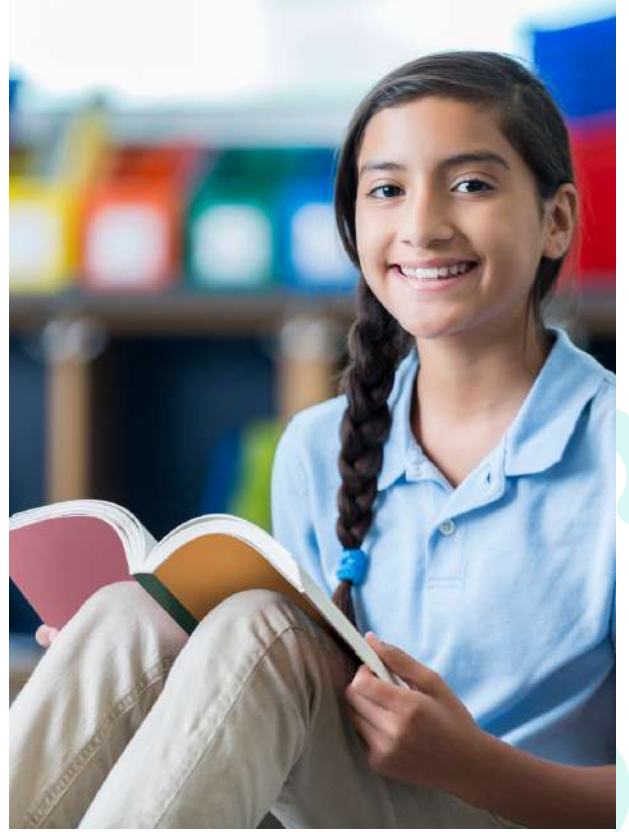
Sabah uyanıldığı saatler zihnin en açık olduğu ve yorulmadığı zamandır.

Zor konuların bu saatlerde çalışılması ya da tekrar edilmesi, günün diğer saatlerinde test çözülmesi iyi olur.

Akşam yatmadan önceki iki saat önemlidir.

Bu zaman diliminde uyku sırasında öğrenilenler tekrarlanacağı için, bu saatlere ders programında yer vermenizi öneririm.

Sabah yapacağınız on dakikalık bir tekrarla akşam yaptığınız çalışmayı unutmanız zorlaşacaktır.





Ders Programında Neler Yer Almalıdır?

40 ya da 45 dakikalık ders çalışmasından sonra, 15 ya da 20 dakikalık mola saatlerinizi yazmanız, iki saatlik ders çalışmasından sonra bir saatlik yemek, televizyon, dedikodu ya da maç muhabbeti yapma arası vermeniz ders programınızın etkililiğini artıracaktır.

En zorlandığınız dersleri ilk çalışılacak ders olarak yazarsanız, zihninizin daha kolay öğrenmesini sağlayabilirsiniz.

Lise sınavlarına hazırlanan öğrencilerimizin, günlük tekrarları, deneme ve test çözüm zamanlarını ders programında ayrıca belirtmesinde fayda vardır.



Ders Çalışırken Çok Sıkılıyorum, Motive Olamıyorum, Ne Yapmalıyım?

Hava almak çoğu zaman iyi gelir insana.

Evin içinde bir tur atın.

Tekrar oturun dersin başına.

Hala canınız ders çalışmak istemiyorsa, hayallerinizi, hedeflerinizi en ince ayrıntısına kadar hatırlamaya çalışın.

Hayallerinize ulaşırsanız nelerin sahibi olacaksınız düşünün.

Heyecan verici değil mi?

Hayallerinize ulaşmayı gerçekten istiyorsan, biraz sonra ders çalışmaya başladığını hayretle göreceksin.



Zorlandığınız derslerden çalışmaya başlayın.

Sonra yapabildiğiniz derse çalışmayla devam edin.

Bir sayısal dersten sonra, sözel bir ders çalışmak ideal olmalıdır.

Bu harmanlama çalışma isteğinizi artıracaktır.

Sizi motive edecek bir sözü görebileceğiniz bir yere asabilir, başarılı olmuş kişilerin hayat öykülerini okuyabilir ya da izleyebilirsiniz.

Nasıl Not Tutmalıyım?

Not tutarken konunun ana fikrini yan fikirlerini sizin düşündüklerinizle karşılaştırarak bulmaya çalışın.

Ders öğretmeninizin vurgu yaptığı, önemli diyerek anlattığı şeylerin altını çizerek diğer notlarınızdan ayırmaya çalışın.

Öğretmeninize konu anlatırken önceden çıkardığınız o bölümle alakalı soruları sorun.

Bu hem sizin hem de arkadaşlarınızın dersi anlamalarını kolaylaştıracaktır.

Böylece öğretmeniniz daha canlı ders anlatacaktır.

Not tutmanız dinlediğiniz şeyleri aklınızda kalmasını sağlar.



Tekrar Nasıl Yapmalıyım?

Tekrar edilmeyen bilgi ile öğrenilmemiş bilgi arasında pek bir fark yoktur.

Tekrarlar mümkün mertebe fazla aralık verilmeden yapılmalıdır.

Haftalık, aylık tekrarları ders çalışma programınızda mutlaka yer verin.

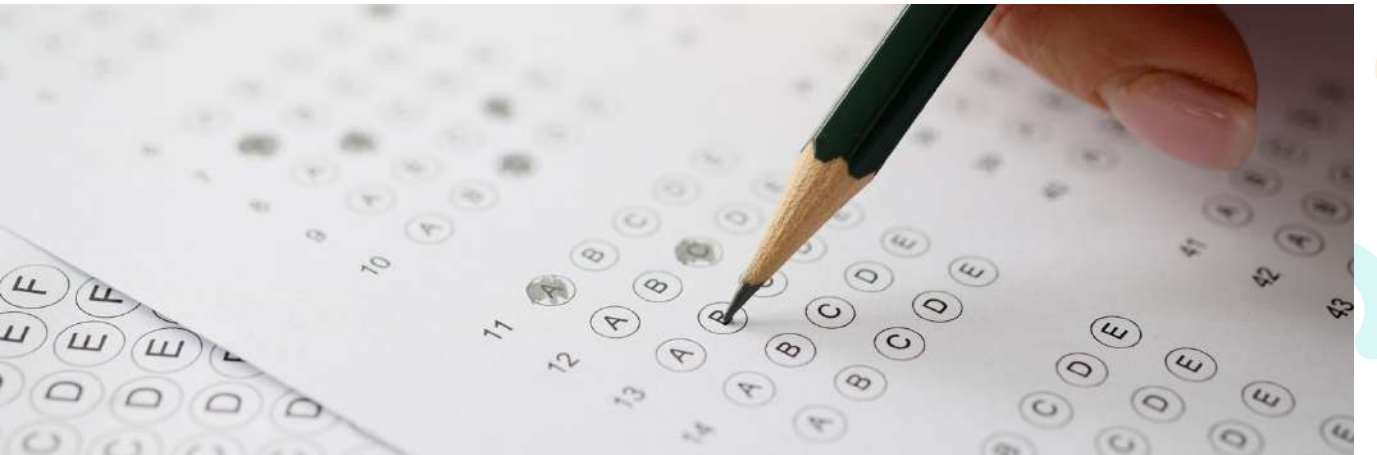
Sayısal dersleri yazarak, sözel dersleri okuyarak tekrar edebilirsiniz.

Konuyu öğrendikten sonra konuyla ilgili sorular çözerek, pratiğinizi artırabilirsiniz.



Öğrendiklerinizi günlük hayatta kullanmayı deneyin.

Hem zevk aldığınızı hem de öğrendiklerinizin unutulmadığını görünce bayılacaksınız. (Tabii sevinçten)



Ders Çalıştığım Ortam Nasıl Olmalı?



Öncelikle çalıştığın odaya temiz bir hava girmesine özen gösterin.

Açın pencereleri mis gibi hava girsin içeri değil mi?

Çalıştığınız masada kesinlikle çalıştığınız dersin kitapları dışında başka araç gerecin bulunmamasına dikkat edin.

Masa ne kadar kalabalık olursa çalışma şevkinizin o kadar azalacağını unutmayın.

Sadelikten yana olun.

Sessizliğe önem verin.

Sizin dikkatinizi dağıtabilecek şeylerden kendinizi sakının.

*Bilginin efendisi olmak için çalışmanın uşağı, olmak şarttır.
Balzac*

Başarıya götüren 10 adım !

1 - Hedeflerinizi Belirleyin

Hayatınız boyunca yapacağınız her çalışmada sizi motive eden şey bir hedefinizin olmasıdır. Bu sebeple kendinize yakın ve uzak hedefler koymalısınız. Örneğin; istediğiniz bölüm ve üniversiteyi kazanmak, bir sonraki sınavda ulaşmak istenilen notu belirlemek gibi hedefler sizleri motive edecektir.



2 - Çalışma Planı Oluşturun

Aynı anda birçok ders ve konu üzerinde çalışmanız gereken ve hangisine önce başlayacağınızı belirlemede zorlandığınız anlar olur. Bunun sebebi çalışmalarınızın belli bir plana dayalı olmamasından kaynaklanır. Birden çok iş ya da ders üzerinde aynı gün çalışmanız gerektiğinde hangisinden başlayacağınızı bilemediğiniz ya da çalışmaya başlamak için karar veremediğiniz anlar oluyor mu? Bu soruya yanıtınız “evet” ise sizin planlı çalışma konusunda zorlandığınızı söyleyebiliriz.

Zamanınızı etkili kullanabilmek için çalışma çizelgelerinizde;

Hangi gün ve saatte, hangi derse çalışacağınız,
Hangi konuyu, hangi gün çalışacağınız ve hangi gün tekrarını yapacağınız,
Ödevlere ayıracağınız zaman diliminiz,
Sınav tarihleriniz ve sınav öncesi tekrarlarınız,
Haftalık ve aylık tekrarlarınız,
Okulda geçirdiğiniz zaman, mola ve dinlenme süreleriniz ve hobilerinize ayırdığınız zaman gibi bilgiler yer almalıdır.

3 - Çalışma Ortamınızı Düzenleyin

Çalışma ortamınız mümkün olduğunca dikkatinizi dağıtabilecek etkenlerden uzak, sade ve sessiz olmalıdır. Işık, oda sıcaklığı, gürültü, çalışma masasının ve sandalyenin rahatlığı gibi fiziksel etkenler size en uygun şekilde düzenlenmelidir.

Dikkat dağıtıcı cep telefonu, televizyon, bilgisayar gibi araçlar çalışma ortamınızda olmamalıdır.



5 - Çalışmanızı Engelleyen Faktörleri Ortadan Kaldırın

Çalışmalarınızı olumsuz etkileyen faktörleri ortadan kaldırmak için ilk önce bu faktörlerin neler olduğunu listeleysin. Uykusuzluk, yorgunluk, açlık, aşırı tokluk, korku, kaygı, yüksekliği, heyecan, çalışma ortamınızın size uygun olmaması, dersiniz için gerekli araç gereçlerin eksikliği, telaş gibi sizleri engelleyen etkenleri tespit edip çalışmaya başlamadan önce bunları mutlaka önleyin.



4 - Derslerinize Hazırlıklı Gidin

Derslere ön hazırlık yaparak gitmek derse ve konulara olan önyargınızın kırılmasını ve derse aktif katılımınızı sağlayacaktır. Araştırmalar en etkili öğrenme yönteminin sınıf içinde karşılıklı tartışarak, öğrencilerin öğrenme olayının içine aktif olarak girmeleriyle, yaparak ve yaşayarak oluştuğunu gösteriyor. Derse hazırlıklı gitmeniz, derste aktif olmanızı sağlayacağı için dersi etkili şekilde öğrenmenizi de kolaylaştıracaktır.



6 - Farklı Kaynaklardan Yararlanın

Çalıştığınız dersle ilgili, anlamakta güçlük çektiğiniz konu olduğunda değişik kaynaklardan yararlanın. Elinizin altında ders kitapları, yardımcı kitaplar, farklı internet kaynakları ve örnek çözümlü kitapların bulunması süreçte faydalı olacaktır.



7 - Ders Sonunda Kendinizi Değerlendirin

Konu tekrarlarınız bittikten sonra kendinizi değişik sorular, testler veya problemlerle değerlendirin. Cevaplayamadığınız soruların ait olduğu konuları tekrar ele alın. Özellikle sınavlardan sonra yanlış yaptığınız sorular üzerinde durarak bu konuları tekrar çalışın.

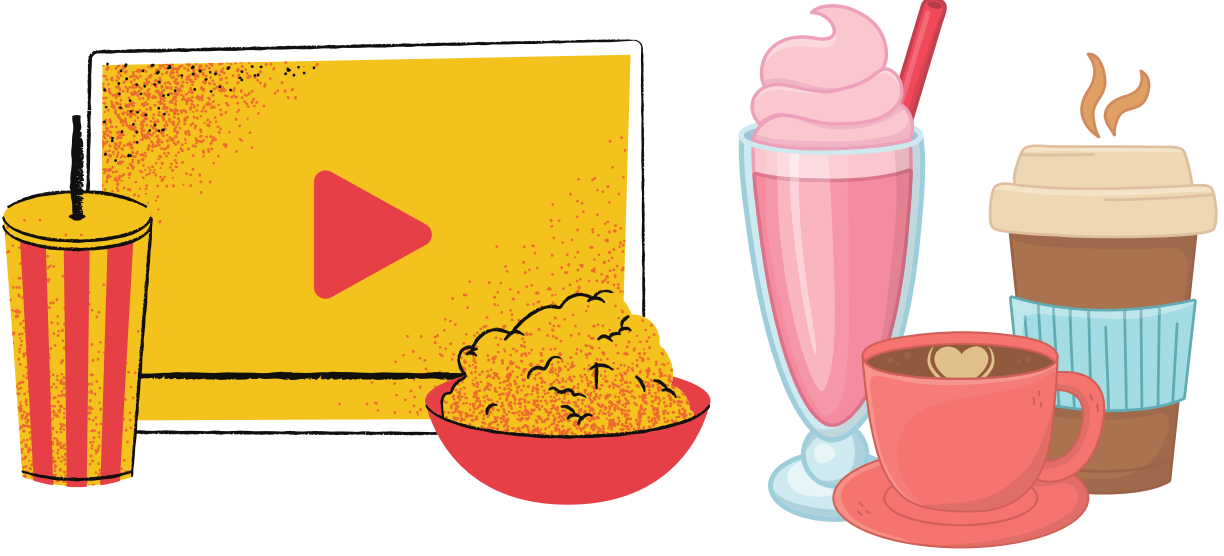


8 - Ezberlemekten Kaçın

Öğrenmeye çalıştığınız konuyu ezberlemekten kaçının. Ezberleyen öğrenci yorum yapma, bağlantı kurma, sebep sonuç ilişkisini görme, ana fikir bulma konularında zorluk yaşar. Bu nedenle mutlaka anlaşılabilir konularla ilgili bol ve değişik soru örnekleri çözmek konuları pekiştirmenize yardımcı olur.

9 - Zorlandığınız Derslere Zaman Ayırın

Çok zorlandığınız bir dersin tüm konularını öğrenmeye çalışıp dersten uzaklaşmak yerine, anlayabileceğiniz kısımları seçerek öncelikle bu konular üzerinde durun. Böylece o dersle ilgili hiç soru çözmek yerine, öğrendiğiniz konulardan çıkabilecek soruları çözebilirsiniz.



10 - Kendinizi Ödüllendirin

Çalışmalarınız sonucunda istediğiniz hedefe ulaştıkça kendinize küçük ödüller verin. Örneğin; kendinize 'bugünkü hedeflerimi gerçekleştirirsem uyumadan önce film izleyeceğim', 'çalıştığım bölümü bitirince, bir kahve içeceğim' veya 'bu üç sayfayı bitirmeden çay içmeyeceğim' gibi ödül ve kurallar koyduğunuzda çalışma isteğiniz artacak ve çalışmalarınızda süreklilik sağlanacaktır.

*İnsanın kanadı, gayretidir.
Mevlana*